

# AUTOEXAMEN

## ¿Sabes cómo cuidarte?

Antes de la inspección: Recuerde siempre lavarse las manos y disponer de una buena fuente de luz.

**MIRO Y PALPO!**



1- Observe primero su rostro frente al espejo, busqué asimetrías, mancha o algo fuera de lo normal.



2- Tome y palpe su labio inferior y sepárelo de los dientes, haga lo mismo con el labio superior.



3 - Saque su lengua, como queriendo tocarse el mentón, observe y palpe el dorso de la misma.



4 - Tome su lengua con el dedo índice y pulgar y revise los bordes de la misma.



5 - Toque su paladar con la punta de la lengua y observe cara inferior de la lengua y piso de la boca.



6 - Estire con ambas manos su mejilla tanto del lado izquierdo como derecho, observe y palpe.

Ante cualquier duda o síntoma consulte a un odontólogo.



**COLEGIO  
ODONTOLÓGICO**  
DE LA PROVINCIA DE CÓRDOBA

Información Aquí:

